

CÓMO AYUDAR A LOS HIJOS EN LOS EXÁMENES ESCOLARES

Con la llegada del final del trimestre a la vuelta de la esquina los papás comienzan a sentir la angustia que reflejan sus hijos cuando tienen que presentar los exámenes orales y escritos en el colegio y la escuela. Debido a que son varias materias o clases que los chicos deben aprobar, su vida se trastorna un poco por esta época para prepararse muy bien en todos los temas que serán evaluados. De igual manera, los padres también se retroceden a sus años escolares para ayudarles a los hijos a estudiar las lecciones, pero muchos se preguntarán, ¿será que si lo estoy haciendo bien?, ¿cómo le puedo ayudar?, ¿será mejor no intervenir en su estudio?...

Aquí le damos algunas recomendaciones para solucionar las dudas que tenga.

LO QUE SÍ DEBEN HACER LOS PADRES

El rol de los papás: Su labor como padre debe ser de acompañante en este proceso de estudio y preparación de los exámenes. Déjelo que él haga su primer esfuerzo y si necesita consultarle algo, entonces ya si podrá intervenir. Los hijos necesitan hacer su trabajo por sí solos, pues son ellos los que están estudiando, usted es un asesor que debe guiarlo y hacerle unas cuantas preguntas para reconocer si se ha aprendido la lección. Por lo tanto, no se tome usted el papel de estudiante, ellos deben asumir las consecuencias de sus actos: "si no estudias, perderás el examen".

Animar y estimular al hijo: Elógielo por las cosas que hace bien, esto le incrementará la seguridad en sí mismo y su desempeño será mejor en los exámenes. Es normal que

a los niños los atemoriza el fracaso, lo que hace más probable que se sientan ansiosos y que cometan más errores, por lo tanto, no le infunda miedo y recuérdale que la mejor forma de ganar los exámenes es prepararse muy bien.

Identificar el temperamento de su hijo: Tener identificado el modo de ser del niño, le evitará muchos problemas, pues teniendo esta claridad, se procede a trabajar un problema de raíz, como puede ser el exagerado nerviosismo, inseguridad, baja autoestima, etc. O de lo contrario un niño demasiado tranquilo, que hay que "empujarlo" para que estudie y evade sus responsabilidades.

Asegúrese que su hijo asista continuamente a clases: Los exámenes reflejan el rendimiento general del estudiante. Entre más esfuerzo que el niño le dedique a su aprendizaje, mayor será la probabilidad de que se destaque en las evaluaciones.

El lugar de estudio: Disponga un lugar callado y cómodo para que su hijo estudie en casa. Asegúrese que no haya distractores a la vista, como el televisor, juegos, música, etc. También es importante que este espacio tenga la luz necesaria y una temperatura adecuada.

Ajustar horarios: Es importante que el niño duerma bien en las noches para que al otro día su desempeño en el examen sea óptimo, pues los chicos cansados tienen mayores dificultades para enfocarse en su trabajo en la escuela o para superar las exigencias de una prueba.

Revisar juntos el examen: una vez evaluado, observen cuáles fueron los puntos donde se falló y pregúntele al hijo qué le sucedió. Muchas veces se sabe la respuesta pero no la supo transmitir o tal vez leyó mal

la pregunta.

LO QUE NO DEBEN HACER LOS PADRES

No justificar la pérdida: Los padres nunca deben cometer el error de justificar al hijo por la pérdida de un examen si hubo razones para hacerlo. Mentir ante los profesores diciendo que el niño sí estudió o que tuvo un problema o sacando excusas falsas, le hacen un daño enorme al hijo, obviamente sin ser esa la intención. Si el niño no estudió deberá enfrentar la situación y reponer su falla.

No abandonarlos a su libre albedrío: desentenderse del tema no es una buena idea. Los padres deben acompañarlos en el proceso de aprendizaje sin caer en los extremos.

No se moleste demasiado por los malos resultados del examen: Si usted fue testigo que su hijo se esforzó y preparó bien el examen, no se moleste, ni mucho menos lo reprenda. Muchas cosas pueden influir en el rendimiento del estudiante en una evaluación. Quizás se sentía mal ese día o los nervios afectaron su concentración. Quizás tuvo una discusión con un amigo antes del examen o llegó tarde a la escuela porque el autobús se atrancó en el tráfico. Mejor, pregúntele qué pasó y apóyelo para que se recupere.

No se enfasque en la nota del examen: Cuando los padres ejercen tanta presión en los hijos para que obtengan buenos resultados, se está impulsando a que el niño se vuelva excesivamente competitivo y esto puede llevar a afectar su rendimiento académico, pues es tanto el estrés de tener que ganar la prueba, que el niño se ahoga en los nervios.

